

读典籍有感 本草典籍心得体会(实用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

读典籍有感篇一

经典的本草典籍是中华文化的一部分，这些古老的书籍为我们提供了宝贵的草药知识和治疗方法。学习本草典籍可以让我们更好地了解中草药，学习中医知识，以及提高我们的健康水平。在本文中，我将分享我学习本草典籍的心得体会。

第二段：学习历程

在我的学习过程中，我遇到了很多困难。首先，我必须面对许多外语词汇和繁杂的字句。其次，我需要了解每种中草药的功效以及如何使用它们来治疗疾病。最后，我认识到，不同的人有不同的身体体质，因此必须配备不同的草药。

然而，这些挑战并没有打击我学习的积极性。相反，它们激发了我更深入了解中草药的愿望。

第三段：收获和体会

通过阅读本草典籍和了解中药知识，我发现每一种中草药都是宝库，拥有无穷无尽的药物价值。这些草药可以帮助我们清除病毒、治疗消化不良和缓解长期的疼痛等等，同时也帮助我们维持良好的健康状态。

学习草药知识还可以帮助我们了解自然法则。这些草药既是一种非常有效的治疗方法，也是一个重要的自然资源。通过学习中草药，我们可以更好地理解自然的生命力和生态学，从而更好地保护地球的环境。

最后，草药还可以帮助我们实现身体、心灵和精神的平衡。通过选择适合自己的中草药，我们可以改善自己的身体健康、情绪状态和心理状态，从而获得更好的生活体验。

第四段：建议

如果你想了解中草药知识，学习本草典籍是一个不错的选择。在学习过程中，你可以聆听老师的讲解，也可以自行阅读各种草药书籍。同时，你也可以在网上搜索相关知识，加入论坛或小组，并与其他人分享交流。

我建议，学习中草药知识不应仅仅停留在理论层面上，需要通过实际操作和尝试来深入理解。当然，在操作时，我们必须注意安全和正确的药物用法。

第五段：结论

在学习中草药知识时，我们不仅要了解各种草药的功效和用法，还要通过阅读和实践，掌握中医学的基本理念。通过学习本草典籍，我们可以了解古代中草药知识，同时探索如何将这些知识应用到现代世界。最终，我们可以通过使用中草药来改善自己的健康，提高生活品质。

读典籍有感篇二

把一部部典籍搬上电视荧屏，是非常大胆的想法；让一位位古圣先贤走进千家万户，是令人激动的创意。中央广播电视总台大型文化节目《典籍里的中国》不仅把这样的想法和创意落到实处，而且取得极大成功，社会各界交口称赞，尤其备

受年轻人喜爱，实在难能可贵。

笔者有幸参与第二季第十期《文心雕龙》的制作和拍摄，在整整一年的时间里，见证了《典籍里的中国》节目组的工作方式，亲身感受了他们如何让一部古代典籍“活”起来。节目组人员全身心投入，表现出对典籍的虔敬，对弘扬优秀传统文化的极大热情，对中华人文精神的高度认同。

文心一脉，打造雅俗共赏之作

在中华文化史上，以一部书而名垂青史者不乏其人，刘勰正是其中一位。至于以什么样的书流芳千古，则各有不同。刘勰留给我们的书叫《文心雕龙》。它共五十篇，最后一篇《序志》具有“序言”性质，正文部分四十九篇，自《原道》至《程器》，刘勰以“道”为根本，最终落实到文人之成“器”，结构经过精心安排，思想理论秩序井然、逻辑严谨，形成一个完整、精密的庞大理论系统。

《文心雕龙》在中国古代文化领域有着广泛传播，对中国古代文论的渗透和影响可以说无处不在。近代以来，随着著名学者黄侃把《文心雕龙》作为一门学科搬上北京大学的讲坛，这部文论经典的魅力更是吸引了无数研究者流连忘返，产生一大批卓越的研究成果，进而形成一门学问——龙学。一百多年来，“龙学”的专门著述已经超过八百种，专题文章超过一万篇，世界各地均有不少研究《文心雕龙》的读者和学者。

让这样一部文论经典走近大众，是一个巨大的挑战。《典籍里的中国》节目组用了大半年的时间阅读各种资料，从两方面走进《文心雕龙》和“龙学”：一方面，全面把握刘勰的生平，深入分析有关刘勰生卒年的各种学说，抓住刘勰与昭明太子萧统的关系，充分演绎出一幕生动感人的梁代文坛忘年交故事，并以此把《文心雕龙》和《文选》这六朝文学的双璧巧妙地联系起来，合乎情理，而又不悖历史，不仅让刘勰

的形象丰满了许多，也把萧统这一文化名人有血有肉地呈现出来，成为本期节目的一大亮点。

另一方面，节目组抓住“夫文心者，言为文之用心也”的基本精神，让古今之“文心”一脉贯通，以“为往圣继绝学”的专业态度，秉持刘勰“文心雕龙”的精神进行创作，可谓一丝不苟、精雕细刻，数十易其稿，最终打造出一部神思飞扬、融汇古今，既有专业水准又有大众情怀的雅俗共赏之作。通过节目，让《文心雕龙》这部深奥的文论典籍走进千家万户，让刘勰这位不为大众所熟知的千古奇人走上荧屏，也让“龙学”这一大学讲堂的精深之学走近万千大众，这种有益的尝试，值得给予一个大大的“赞”字。

立文之道，深入挖掘典籍价值

《文心雕龙》是一部文论，但又有着远远超出一般文学理论的独特价值和历史地位。对此，《典籍里的中国》节目组进行充分挖掘和提炼，从专家访谈到典读会，再到生动感人的戏剧演绎，《文心雕龙》的性质得到多方面体现，它的“立文之道”及其当代意义也得到全方位展示。

《文心雕龙》是中国文论的元典。所谓“元典”，就是首要之典、根本之典。中国文论浩如烟海，但真正可以称之为元典的著作，主要就是一部《文心雕龙》，其后很多著作、很多理论，特别是很多范畴，都是从《文心雕龙》生发出来的。《文心雕龙》的“文”不等于今天的“文学”，它的范围更宽广，地位也更重要，社会生活的各个方面——政治、经济、军事、仪节、制度、法律，都离不开“文”。因此，《文心雕龙》虽是一本文论著作，但这个“文论”不等于今天的“文学理论”，刘勰在一定程度上提供了一部中国传统文化的教科书。

值得称道的是，《典籍里的中国》较为完整地展示了《文心雕龙》这部独一无二的文章学元典所具有的多方面意义，如

文学与社会发展的关系问题，所谓“文变染乎世情，兴废系乎时序”“一朝综文，千年凝锦”等，以此说明《文心雕龙》作为中华优秀传统文化的重要代表，不仅关注文章发展，而且注重文章与社会生活各方面的联系。应该说，这既是刘勰撰写《文心雕龙》的初衷，也符合时代发展的主题，彰显出《典籍里的中国》的品位。

人文化成，体现追求与担当

《典籍里的中国》这期节目的构思和拍摄，不仅着眼于刘勰及《文心雕龙》一书，而且挖掘该书之所以诞生的历史文化背景，洞察其时代成因，并广泛联系刘勰生活中的重要人物，充分展现这一文论著作成为不朽经典的来龙去脉，并由此昭示其中蕴含的中华人文精神。这对一档电视节目而言实在不易，体现了节目组的追求和担当。

实际上，以《文心雕龙》为代表的中国文论，乃关乎所有政治、经济以及社会领域的人生通识，其最终达成通向人生自由境界的文化能力。故刘勰说“安有丈夫学文，而不达于政事哉”，不仅学文是建功立业的手段，而且“文”与“政”原本是密不可分的，所谓“文武之术，左右惟宜”，学文和达政乃是一致的，学文必然达政，因为“文”的能力也就关乎“政”的能力，这才是《文心雕龙》之作的出发点。

毫无疑问，《文心雕龙》不应只是专业人士研究的对象，“龙学”也不应自居于学术金字塔的顶端，而是应当在社会生活中发挥作用，比如各种公文写作、调查研究报告的写作，都需要刘勰所讲的“文章”功夫，也就离不开《文心雕龙》的具体指导，更不必说中小学生的作文基本功训练了。因此，新世纪的“龙学”必将走向更加宽广的舞台，为中华文化的复兴增添力量，为世界文化和文明的发展做出独特的贡献。从这个意义上说，《典籍里的中国》受到社会各界的广泛肯定是必然的，节目任重而道远，需要我们倍加呵护。

读典籍有感篇三

2003年，隐没千年的南朝古刹——定林寺在江苏南京重见天日，那里埋藏的不仅是一座古迹，更有一脉文思。因为在一千五百年前，南朝时期的文学理论家刘勰就是在定林寺创作了一部纵览古今、历久弥新的中国文章学元典《文心雕龙》，留下了一把打开中国文学宝库的钥匙。

一座古刹，时隔千年重现；一部典籍，让古今“文心”相通。全书仅3万余字的《文心雕龙》，何以成为无数读者眼里的“写作高分秘籍”？cctv-1今晚八点档，随《典籍里的中国》共赴一场文学、文采之梦，在“夫文心者，言为文之用心也”的千古文思中，体悟刘勰如何用一生熔炼“文心”，为后世指明“立文之道”。

全书仅3万余字却火了千年

《文心雕龙》可以有多美？

《文心雕龙》全书共50篇，论及30多种文体，以3万余字基本概括从先秦到晋宋千年以来的文学面貌和发展规律，全面探讨文学创作、文学批评的基本原理和方法，形成了体大思精的文学理论体系，在中国乃至世界文艺理论史上具有崇高的地位和深远的影响，对当今文艺创作依然有着重要的指导意义。

《文心雕龙》书名的含义是什么，它有哪些深厚的价值？主持人王嘉宁将与三位专家学者共同为大家解读。中央民族大学历史文化学院教授蒙曼结合刘勰在《序志》篇中的记载介绍道：“在刘勰看来，‘文心’就是文章的用心、立意，‘雕龙’则指写作要像雕刻龙纹般细腻，才能够创作出有体有用的好文章。”可以说，《文心雕龙》是一部应时而生的典籍。在它诞生之前，诗文创作虽盛，作品却良莠不齐，文章离经典越来越远，文学评论也没有一定的标准。为此，刘勰在定

林寺跟随僧祐生活的十余年里，遍览名家之作，纵论各种文体，总结创作方法，最终著成《文心雕龙》，它也被奉为“作者之章程，艺林之准的”。

翻开《文心雕龙》，你会发现字里行间氤氲着中国古典文学之美。例如“风骨”一词，原本主要用来形容人的精神面貌，而刘勰在《风骨》篇中，将“风”与“骨”凝结为完整的文论范畴，提出“故辞之待骨，如体之树骸；情之含风，犹形之包气”，认为文辞情采应该同君子一样有骨力和气概，文辞表达精当，情感抒发要昂扬爽朗。这也引起了中国历史研究院古代史研究所研究员戴卫红的共鸣，在她看来真正为人们所喜爱，为时代所需要的作品，也应当具有“风骨”的力量。

节目访谈现场，蒙曼教授还指出《文心雕龙》的一大亮点——每篇结尾都有一段“赞”。它和当下大家所理解的“点赞”不同，是刘勰对内容要义的总结，普遍采用四言八句的形式，如诗歌般富有美感。例如《指瑕》篇的“赞”中说道“羿氏舛射，东野败驾”，八个字包含了两个典故，借此说明即便再有才华的人，稍不注意也会出差错，因此人们在创作中应当秉持谨慎的态度。

戏剧舞台首度构造多重梦境

邀你共赴刘勰的“文学之梦”

《文心雕龙》作者刘勰的生平在史料中着墨甚少，主要源自《梁书·刘勰传》当中的三百余字，里面记载他自幼便失去父亲，家境贫寒仍发奋读书。山东大学儒学高等研究院教授、中国《文心雕龙》学会副会长戚良德介绍，刘勰在《序志》篇中记述的两个梦也是学界推测刘勰生卒年的重要依据。7岁时，刘勰梦到天上布满锦绣般的彩云，彩云可以理解为天的文采，说明他有一种与生俱来的才性；30岁时，刘勰又梦到自己手捧礼器，跟着孔子往南行，这表示他有着继承儒家“经世致用”这一文道传统的想法。

在与专家多次讨论后，本期节目戏剧舞台决定用刘勰的这两次美梦为创作支点，首度构造出多重梦境，并在“当代读书人”撒贝宁与刘勰的对话中，铺陈出《文心雕龙》的创作历程和刘勰丰富的内心世界。同时，节目组还加入了对刘勰“深爱接之”的昭明太子萧统这一角色，将萧统主持编纂《文选》的经历与刘勰《文心雕龙》产生的影响有机结合，双“文”相会巧妙地展现《文心雕龙》对中国文学创作与文学批评发展起到的推动作用。而刘勰、萧统将分别由涂松岩、董畅扮演。

戏剧演绎中，彩云的意象贯穿刘勰和萧统的传奇人生。当彩云流转，经历过生死分别的他们最终在彩云中“重逢”，让蒙曼不由得感慨：“戏剧结尾设计得太巧妙了！刘勰和萧统，一个是清寒文人，一个是昭明太子，但是他们都有一颗文学心，有一个‘文心’梦。”

作为中国文章学的元典，《文心雕龙》在中国文论史上如巍巍高山，屹立不朽，它所蕴含的人文精神与思想智慧穿越千年仍历久弥新、生生不息。对《文心雕龙》的研究，也逐渐发展成一门显赫的学问——“龙学”。“文变染乎世情，兴废系乎时序”，新时代的文艺工作者应当继承先贤的人文精神，承担时代赋予的责任和使命，书写出中华民族的新篇章。

cctv-1今晚八点档，敬请期待由中央广播电视总台出品，央视综合频道、央视创造传媒和中国国家话剧院联合打造，中国国家图书馆参与的大型文化节目《典籍里的中国》第二季第十期《文心雕龙》，让我们一起秉承先贤之志，雕千年文脉，传中华精神！

读典籍有感篇四

央视《典籍里的中国》成为我的“追捧对象”。“补课追剧”，身临其境，仿佛自己就是“撒兄”的角色。几千年来，祖先一直在记录我们的历史，惟殷先人，有册有典，每一部

典籍，都凝聚着前人的心血和智慧，人们世代守护、薪火相传，让精神的血脉延绵至今。

当代读书人，应以新的方式读懂典籍，知道我们的生命源起何处，知道我们的脚步迈向何方。今天我们品读典籍是在探寻古人精神和当下需求的一个连接点，新时代广大党员干部，强党性、学__、悟思想，亦与读典籍“异曲同工”。百年__，恢弘磅礴，中国共产党一经诞生，就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴确立为自己的初心使命。以史为鉴，新时代的党员干部应该传承好、守护好、开创好我们党创立的社会主义伟大事业。

读《尚书》，应有“知先贤治政之本，知个人修身之要”之“传承精神”。

打开《尚书》我们可以追溯到华夏文明的源头，“中国”一词，在文献中最早出现在《尚书》里，“民本”概念，最早就源于《尚书·五子之歌》“民惟邦本，本固邦宁”。历史川流不息，精神代代相传。广大党员干部要传承共产党人的忠诚基因，深刻领悟我们党以忠诚经受考验、以忠诚战胜困难、以忠诚发展壮大的道理，坚定信仰、坚守信念，坚决做到“两个维护”；广大党员干部要传承共产党人的奉献基因，用人民群众的“幸福感”诠释党员干部的“成就感”，牢记“我将无我，不负人民”的使命担当，要始终把为人民服务的宗旨意识扎根于心、生发于情，真正解决群众的急难愁盼；广大党员干部要传承共产党人的奋斗基因，要时刻保持奋力向前的朝气，做到实干担当、奋发有为，主动扛起时代重任，叫响“我先上”“跟我上”“一起上”，在“有可为”的时代大有作为，不辜负当初入党入职时的铮铮誓言。

读《本草纲目》，应有“寿国以寿万民，寿万民以寿国”之“守业精神”。

时珍曰：“医者贵在格物”，一定要有实事求是的科学精神。

“天下医书，利益天下，当天下共修，世代永新”，无论是古代医者李时珍，还是我们新时代党员干部，都应继承和发扬中国传统精神中以人为本、求真务实、关心民生的守业精神。“守业”即是“守住初心”，全面从严治党不断向纵深发展，查处了许多党员干部，他们没有守住初心，倒在了利益诱惑的“橄榄枝”面前。广大党员干部要深知一切工作的出发点和落脚点都是为了造福人民，满足人民日益增长的美好生活的需要，既然走上了为民服务的岗位，就要切实群众办好事实事。“守业”即是“守好事业”，在自己的“一亩三分地”上耕种出丰硕“果实”，有的党员“当一天和尚撞一天钟”，这是万万不可的。“天下大事，必作于细”，不管是再小再繁琐的工作，都要认认真真地做完做好，不管遇到什么困难，都要迎难而上，只有真干事、干成事，才能推进中国特色社会主义事业不断向前发展。守业是最好的传承，进入新时代，我们传承红色基因，就是要坚守以人民为中心的发展思想，用无怨无悔的坚守和付出，在平凡的岗位上笃实力行，厚植人民情怀，诠释担当本色。

读《楚辞》，应有“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”之“创新精神”。

两千年前屈原仰望求索，问天、问地、问人，而如今中国航天探星揽月，中国“天眼”就是求索的眼睛，“天问一号”就是求索脚步。而我们，向那些仍不停奔跑在创新前沿的“赶路人”致敬的同时，要做好新时代的“赶考人”。“创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是中华民族最深沉的民族禀赋。”广大党员干部要增强本领恐慌，在任何时候都要养成善于学习的习惯，当工作业务方面缺乏经验时，要留心观察、善于思考，向领导、同事、群众虚心请教，找准薄弱环节不断改进，结合自身的优势创新谋划工作。“世上无难事，只要肯登攀”，新时代的党员干部不能没有“拼劲”“闯劲”，更不能搞形式主义，在关键时刻要有“站得出来、豁得出去”的担当魄力，抵住压力，才能促进各项工作又好又快发展。做到在工

作中不仅有思路更有“套路”、有想法更有方法、有态度更有高度，不断增强创新的实效性和可操作性，才能在发现问题、分析问题、解决问题的实践中积累经验，推动创新发展。新时代的我们，应建立“求索观”，用民本思想指引实践，让创新精神创造价值。

读典籍有感篇五

皮肤是我们全身最大的器官，也是最容易引起问题的器官之一。在日常的生活中，关于皮肤的养护方法和治疗方案是我们必须关注的话题。而在这个领域里，有一本经典的著作——《皮肤典籍》，书中涵盖了非常丰富并且专业的知识，使读者对于皮肤保健有了更全面的认识。在阅读这本书之后，我也得到了一些心得和体会。

第一段：对皮肤典籍的认识

《皮肤典籍》是由一位资深的皮肤科医生所著的一本专门介绍皮肤的保养和治疗方案的书籍。在书中，不仅介绍了皮肤的基本构造和功能，而且详细阐述了皮肤在不同时期的养护方法与注意事项，包括清洁、防晒、补水、保湿等方面的内容。此外，书中还介绍了皮肤常见的问题，如痘痘、疤痕、色素沉着等，以及它们的治疗方案和应对方法。

第二段：对皮肤保养的认识

阅读《皮肤典籍》使我更加重视了皮肤的保养，不再仅仅局限于使用美容产品。书中指出，皮肤的健康不仅关乎外在的保养，更与内部的生活习惯息息相关。比如，充足的睡眠，均衡的饮食和适量的运动都会有益于皮肤健康。更重要的是，皮肤的保养应该因人而异，应根据不同的肌肤类型和情况来制定适合自己的护肤方案。

第三段：对治疗方案的认识

书中还介绍了一些皮肤的疾病以及对应的治疗方案。在阅读这些内容时，我不禁感叹医学的发展和进步，如今针对皮肤问题的治疗方法已经非常成熟了。比如对于斑点、色素沉着等问题，可以采用激光祛斑的方法；而对于皮炎、过敏等问题，则可以采用口服或外用药物的治疗方式。有了这些方法的指导，我们就可以更加安心和科学地处理皮肤问题。

第四段：重视预防

在《皮肤典籍》中，作者多次强调预防的重要性。尤其是在皮肤癌的预防上，预防比治疗更加重要，即使已经确诊患有皮肤癌，仍然需要加强防晒和日常保养，以预防病情恶化。防止皮肤问题的发生，最好的方法就是通过预防，适量进行防晒，保持良好的生活习惯，不要过度熬夜、抽烟等有害行为，这样可以大大提高皮肤的健康程度。

第五段：课外拓展

阅读《皮肤典籍》也让我对医学和健康有了更多的认识，也拓宽了我的阅读兴趣。除了《皮肤典籍》外，我也开始研读其他关于健康和医学的书籍，例如《大脑的保养与开发》等。此外，我也开始重视身体的锻炼和运动，积极寻求自我提升和发展的机会。

结论：

阅读《皮肤典籍》使我更加深入地了解皮肤养护的重要性，让我对自己和家人的护肤工作有了更科学的认识。同时，也拓宽了我的阅读兴趣和增强了健康方面的知识储备。我将继续保持对医学和健康的关注，希望通过不断的学习和实践，使自己拥有一个健康美丽的皮肤和生活。